



# **Mi Universidad**

## **Ensayo**

**Nombre del Alumno: Karen Lizeth Nájera Carpio**

**Nombre del tema: Hipertensión**

**Parcial: 3**

**Nombre de la Materia: Salud pública**

**Nombre del profesor: Dr. Cristóbal Eduardo Porras Ramos**

**Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana**

**Cuatrimestre: 3**

**Lugar y Fecha de elaboración: San Cristóbal de Las Casas**

**Chiapas**

**27/05/2023**



# Hipertensión

La presión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de los vasos sanguíneos (arterias) como resultado de la función de “bombeo” que tiene el corazón, el volumen sanguíneo, la resistencia de las arterias al flujo y el diámetro de la luz arterial. Se mide con un aparato denominado esfigmomanómetro, apoyado con la ayuda de éste se expresa en (mm) de (Hg) mediante dos cifras. La cifra mayor corresponde a la presión sistólica, que se produce cuando el corazón se contrae y la sangre ejerce mayor presión sobre las paredes de las arterias. La cifra menor representa la presión diastólica que se produce cuando el corazón se relaja después de cada contracción, por lo que la presión que ejerce el flujo de sangre sobre las paredes de las arterias es menor. Se puede tener hipertensión arterial y no sentir ninguna manifestación. Por esta circunstancia, se estima que alrededor de 61% de los individuos afectados desconocen estar enfermos. Según el IMSS la hipertensión arterial es una enfermedad crónica en la que aumenta la presión con la que el corazón bombea sangre a las arterias, para que circule por todo el cuerpo. Generalmente, la hipertensión se define como la presión arterial por encima de 140/90 y se considera grave cuando está por encima de 180/120.

En algunos casos, la presión arterial elevada no presenta síntomas. Si no se trata, con el tiempo, puede provocar trastornos de la salud, como enfermedades cardíacas y derrames cerebrales.

Seguir una dieta saludable con menos sal, ejercitarse regularmente y tomar medicamentos puede ayudar a bajar la presión arterial.



## **Bibliografías**

**Presión arterial alta (hipertensión) - Síntomas y causas - Mayo Clinic . (2022, 17 de diciembre). <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/high-blood-pressure/symptoms-causes/syc-20373410#:~:text=La%20presi%C3%B3n%20arterial%20alta%20es,trabajar%20m%C3%A1s%20para%20bombear%20sangre.>**

**PROGRESIONES ARITMÉTICAS . (2023, 9 de enero). Problemas De Matemáticas Resueltos. <https://problemasresueltosmaticas.wordpress.com/progresiones-aritmeticas/comment-page-11/?unapproved=12668&moderation-hash=829de95e27e9ea6aac63c184d7d7e710#comment-12668>**